



조선대학교
CHOSUN UNIVERSITY

진로설계 Work-Book



진로설계 Work-Book 커리큘럼

구분	커리큘럼	워크시트	페이지
INTRO	진로 취·창업 지원 로드맵		07
	진로·취업지원 프로그램		08
	성공취업을 위한 학년별 프로그램		09
	학생통합지원시스템(CU+)		10
	학생통합지원시스템(CU+)을 통한 비교과과정프로그램 신청가이드		11
	상담 분야별 신청 방법 안내		13
	꿈을 이룬 사람들의 7가지 습관		14
자기탐색	내안의 나	- 나의 Want Have List 작성하기	17
	자기이해	- 직업선호도 L형 검사 결과 작성하기	19
	나의 강점 찾기	- 나를 표현하는 문장 만들기	25
	가슴 뛰는 진로세우기	- 나의 의사결정 유형 찾기	27
직업정보 탐색	학과탐색	- 나의 전공기반 진출분야 2개 선택하기	31
	직업세계 이해하기	- 나만의 직무목표 세우기	35
	나만의 취업전략 수립	- 관심분야 산업동향 분석하기 - 관심분야 기업 분석하기 - 관심기업 SWOT 분석하기	41
성공취업전략	성공취업전략	- 나의 능력과 희망직업 수행능력 Gap 분석	49
FINAL	미래 이력서	- 희망이력서 작성하기 - MY역량개발 목표설정	55
역량향상 Check	취업지원 프로그램 참여하기	- 취업 및 특강 참여 후기	61
	진로·취업상담 참여하기	- 진로·취업상담 확인서	65

자기탐색

내안의 나

자기이해

나의 강점 찾기

가슴 뛰는 진로세우기

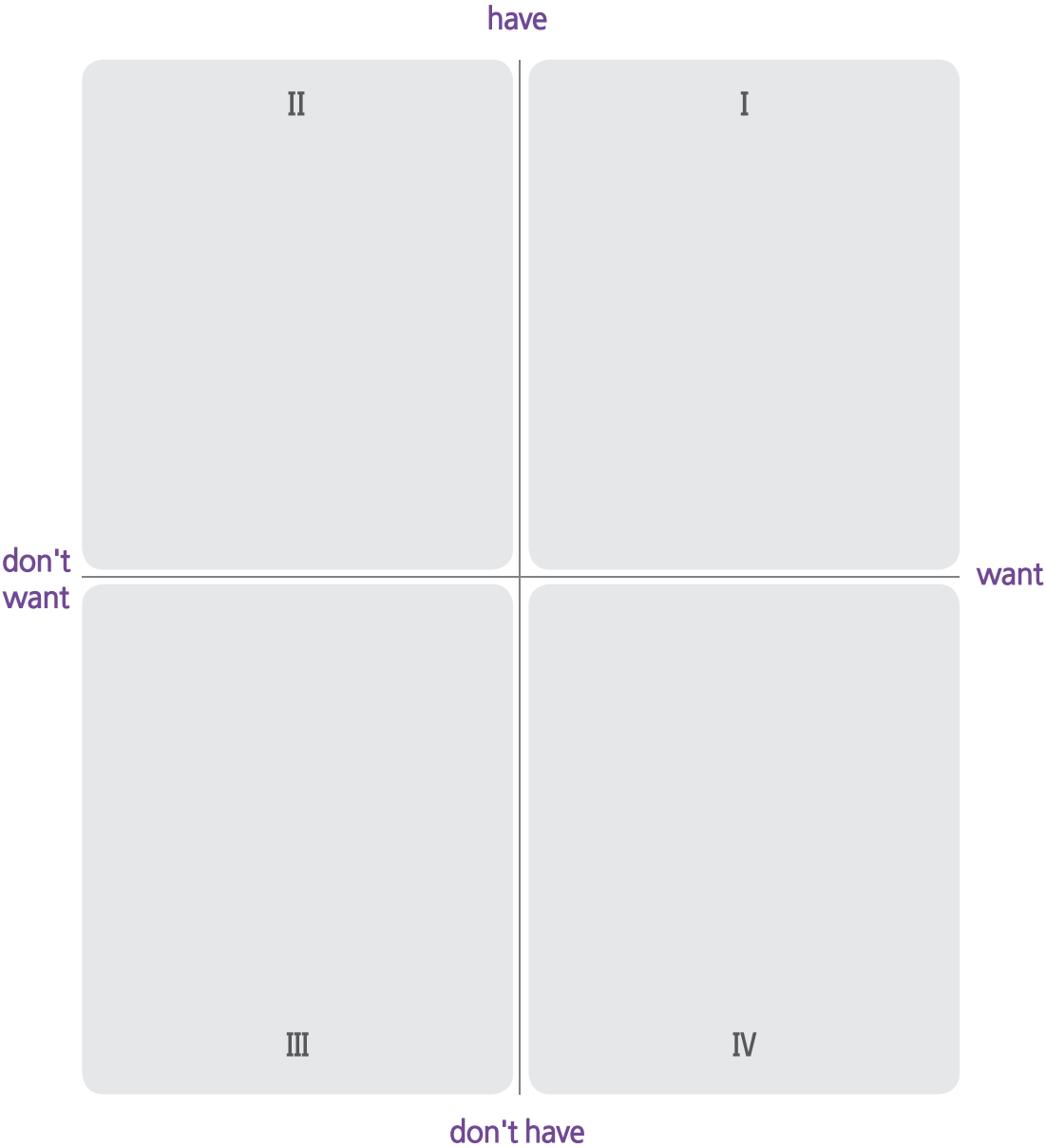
워크시트

Matrix 10가
P17

■ 나의 Want-Have List 작성하기(Matrix별 10가지이상 작성)

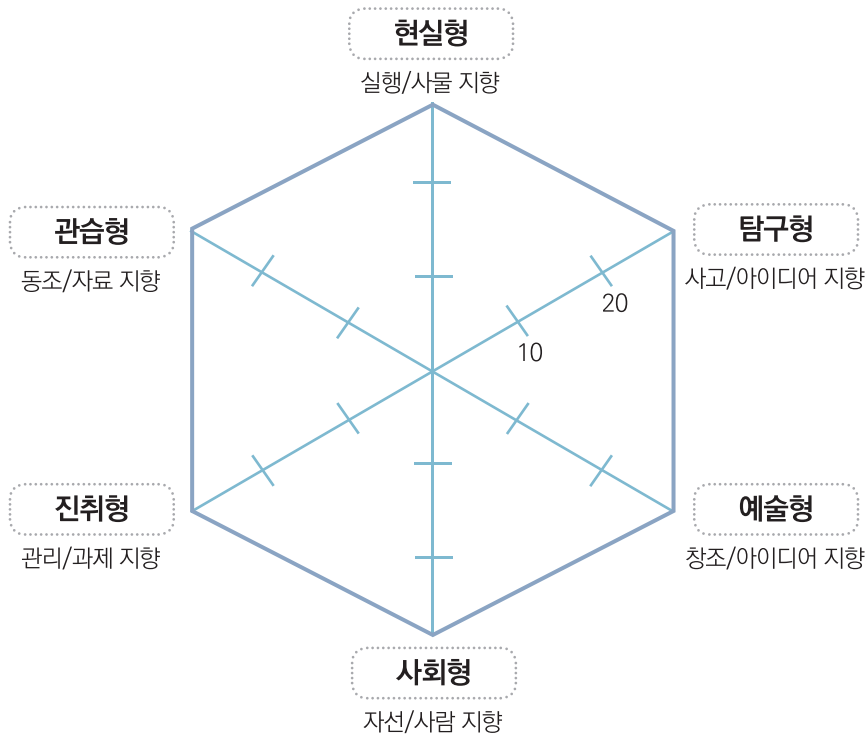
나의 꿈 :
.....

Want - Have list



직업선택도 L형 검사 결과 작성하기

당신의 흥미코드 :						
구분	현실형(R)	탐구형(I)	예술형(A)	사회형(S)	진취형(E)	관습형(C)
원점수	L 2 .					
표준점수						



나의 흥미코드 :	
흥미코드에 맞는 직업군	L 4 .
흥미검사 결과 표현단어	L 3 .



순위	내가 선택가능한 직업군	선택이유
1		
2	L .	
3		



나를 표현하는 단어

『목표 그 성취의 기술』의 저자 브라이언 트레이시에 따르면
 “평범한 사람의 잠재능력은 아직 향해 하지 않은 대양과도 같고, 아직 탐험하지 않은 신대륙과도 같고,
 풀어헤쳐져 어떤 위대한 행복을 향하여 나아가기를 기다리는 가능성의 세계와 같다”고 한다.

이처럼 우리 인간에게는 나만의 무한한 잠재력이 존재한다.
 다만 그것이 무엇인지, 어떻게 끌어내어야 하는지를 모르고 있을 뿐이다.
 나를 나타내는 아래의 내용을 포함하여, 자신을 표현하는 단어를 찾아보자.

유머감각있는	끈기있는	관대한	활동적인
섬세한	인내심있는	낙천적인	성실한
신중한	독립심강한	재치있는	감성적인
솔직한	애교있는	독창적인	안전한
빈틈없는	책임감강한	박학다식한	재미있는
눈치가빠른	추진력있는	강인한	결단력있는
자발적인	느긋한	불의를못참는	내성적인
침착한	개성적인	꼼꼼한	융통성있는
예술적인	꾸밈없는	의욕적인	다정한
논리적인	상냥한	양심적인	불임성있는
호기심강한	진지한	절제하는	열정적인
겸손한	믿음직한	자신있는	정직한
예의바른	동정심있는	독서하는	문서정리
즐거움	상당하는	체계적인	타협하는
정리정돈	가르치는	계획적인	깨끗한

나를 표현하는 단어 10개이상 찾기

10

워크시트

나를 표현하는 문장 만들기

자기탐색 과정을 통해 직업선호도 검사를 실시하고 자신을 객관적으로 탐색해 보았으니, 나를 표현하는 단어 찾기를 통해 살펴본 점을 기초로 나의 강점을 문장으로 표현해 보자.

예시)

검사	표현 단어	나를 표현하면
직업선호도 검사 흥미 유형 (E , C)	성취	나는 항상 목표를 정하고 목표를 이루었을 때 행복감을 느끼는 사람입니다. 왜냐하면, 나의 노력에 대한 결과에 의해 동기부여를 받기 때문입니다.
	명확한 목표	나는 명확한 목표를 가지고 있는 사람입니다. 왜냐하면, 고등학교 시절 성적관리를 위해 목표 성적을 정해, 성적관리를 하였습니다.
나를 표현하는 단어 찾기	규칙을 따르기	나는 항상 규칙을 따르는 것을 좋아합니다. 왜냐하면, 어떠한 일을 할 때 규칙이 없으면 불편해 하기 때문입니다.
	계산하기	나는 수리력이 뛰어난 사람입니다. 왜냐하면, 금전관리 아르바이트 시절 아무리 바빠도 계산은 단 한 번도 실수 한 적이 없기 때문입니다.



검사	표현 단어	나를 표현하면
직업선호도 검사 흥미 유형 (,)		나는 왜냐하면,
나를 표현하는 단어찾기		나는 왜냐하면,
		나는 왜냐하면,

P24, P25 2가



O

나의 의사결정 유형 찾기

■ **Harren(1979)의 진로의사결정 이론에 따르면** 의사결정 유형에는 크게 합리적 의사결정 유형, 직관적 의사결정 유형, 의존적 의사결정 유형이 있으며, 이는 우리 안에서 다양한 양상으로 나타난다. 그렇다면 나는 어떠한 의사결정 유형인지 다음의 워크시트를 통해 알아보자.

자신의 진로를 잘 결정하는 것이 우리의 삶에 중요한 의사결정일 것이다.
 나의 의사결정 유형 찾기는 자신이 어떤 방식으로 의사결정을 내리는 지를 알아보기 위한 것으로
 문항들을 하나씩 읽어가면서 그 내용이 자신의 입장과 같으면 '그렇다'에 'O' 체크해 보자.

번호	문항	그렇다	아니다
1	나는 중요한 결정을 할 때 매우 체계적으로 한다.		
2	나는 중요한 결정을 해야 할 때, 누군가가 올바른 방향으로 이끌어 주었으면 한다.		
3	나는 내 자신의 즉각적인 판단에 따라, 매우 독창적으로 결정을 한다.		
4	나는 대체로 미래보다는 현재의 내 입장에 맞춰서 일을 결정한다.		
5	나는 얻을 수 있는 모든 정보를 수집하지 않고는 중요한 결정을 좀처럼 하지 않는다.		
6	나는 왜 그렇게 결정했는지 이유는 모르지만, 곧잘 올바른 결정을 한다.		
7	나는 어떤 결정을 할 때 그것이 나중에 미칠 결과까지도 고려한다.		
8	나는 어떤 결정을 할 때 친구의 생각을 중요시 한다.		
9	나는 남의 도움을 없이는 중요한 결정을 하기가 정말 힘들다.		
10	나는 중요한 결정이라도 매우 빠르게 결정한다.		
11	나는 어떤 결정을 할 때 내 자신의 감정과 반응에 따른다.		
12	나는 내가 좋아서 결정하기 보다는 남의 생각에 따라 결정하는 경우가 많다.		
13	나는 충분한 시간을 두고 생각을 한 후에 결정을 한다.		
14	나는 어떤 일을 점검해 보거나 사실을 알아보지도 않고 결정하는 경우가 많다.		
15	나는 친한 친구와 먼저 상의하지 않고서는 어떤 일든 좀처럼 결정하지 않는다.		
16	나는 결정하는 것이 어려워 그것을 연기하는 경우가 많다.		
17	나는 중요한 결정을 해야 할 때 우선 충분한 시간을 갖고 계획을 세우며 실천할 일들을 꼼꼼히 생각한다.		
18	나는 결정에 앞서 모든 정보가 확실한지 아닌지를 재검토한다.		
19	나는 진지하게 생각해서 결정하지 않는다. 즉, 마음속에 있던 생각이 갑자기 떠올라 그에 따라서 결정한다.		
20	나는 중요한 일을 할 때 미리 주의 깊은 세밀한 계획을 세운다.		
21	나는 다른 사람들의 많은 격려와 지지가 있어야만 어떤 일을 결정할 수 있을 것 같다.		
22	나는 어떤 일을 결정한 후에 대개 그 결정이 내 마음에 들지 안 들지를 상상해 본다.		
23	나는 평판이 좋을 것 같지 않은 결정은 해 봤자 별 의미가 없다고 생각한다.		
24	나는 내가 내리는 결정에 굳이 합리적인 이유를 따질 필요가 없다고 생각한다.		
25	나는 참으로 올바른 결정을 하고 싶기 때문에 성급하게 결정을 하지 않는다.		
26	나의 어떤 결정이 감정적으로 만족스러우면 나는 그 결정이 옳은 것으로 생각한다.		
27	나는 훌륭한 결정을 내릴 자신이 없어서 대개 다른 사람들의 의견을 따른다.		
28	나는 내가 내린 결정 하나 하나가 최종 목표를 향해 발전해 나가는 단계라고 곧 잘 생각한다.		
29	친구가 나의 결정을 지지해 주지 않으면 나는 나의 결정에 그다지 자신을 갖지 못한다.		
30	나는 어떤 결정을 하기 전에 그 결정이 가져올 결과를 가능한 한 많이 알고 싶다.		

워크시트

P27

■ 채점 방법

다음의 각 유형별로 해당되는 번호의 문항에 대한 응답 중 '그렇다'에 응답한 문항의 개수를 체크하여 우측 빈칸에 적는다.

A. 합리적 유형 : 해당문항 - 1, 5, 7, 13, 17, 18, 20, 25, 28, 30	
B. 직관적 유형 : 해당문항 - 3, 4, 6, 10, 11, 14, 19, 22, 24, 26	
C. 의존적 유형 : 해당문항 - 2, 8, 9, 12, 15, 16, 21, 23, 27, 29	

■ 의사결정 유형

합리적 유형	직관적 유형	의존적 유형
자신과 상황에 대한 정확한 정보를 수집하여 논리적으로 결정을 내리고, 그 결정에 관해 책임을 진다. ① 의사결정이 신중하고 합리적 ② 심리적 독립과 성장에 도움 ③ 잘못 또는 실패할 확률이 낮음 ④ 의사결정에 시간이 걸림	정보탐색이나 대안평가 없이 상상과 정서적 자각에 기초해서 결정을 내리지만, 그 결정에 관해 책임을 진다. ① 의사결정이 즉흥적이고 감정적 ② 스스로의 선택에 책임을 가짐 ③ 잘못 또는 실패할 확률이 높음 ④ 의사결정이 신속	의사결정 과정에서 타인에 의한 영향을 많이 받고, 결정에 관한 책임을 부정한다. ① 의사결정이 수동적이고 순종적 ② 개인적 독립이나 성숙을 방해 ③ 실패했을 때 남의 탓 ④ 결정을 내릴 때 정서적으로 불안을 느낌

■ 합리적인 진로의사결정 단계

구분	내용
1 의사결정 대상 확정	희망진로분야를 결정하고 싶음
2 관련 정보 수집	나의 특성, 직업, 기업 등 정보 수집하기
3 비교대상 탐색	희망직업 및 추천직업 정하기(비교 대상 : 교사, 인사담당자, 회계사)
4 판단기준 설정	위의 직업들을 비교하기 위해 안정성, 성격, 실현가능여부 등 판단기준 정하기
5 비교 및 분석	판단기준을 토대로 위의 3가지의 직업을 비교, 분석하기
6 의사결정	최종적으로 비교점수가 가장 높게 나온 인사담당자로 잠정적 결정하기
7 평가 및 피드백	결정에 대해 평가하고, 만약 의사결정을 하지 못했을 경우, 문제점을 보완하여 2단계부터 다시 시작하기

직업정보 탐색

학과탐색

직업세계 이해하기

나만의 취업전략 수립

희망분야	하위역량	하는 일
		<div> P33 CU - Academic Advisor 가 2 </div>

나만의 직무목표 세우기

P38

,

.

분야	희망 직무	직무 책임 및 역할(직무능력내용)	직업기초능력
		직무수행 요건(지식,기술,태도) 및 관련자격사항	

관심분야 산업동향 분석하기

1. 관심 분야 산업의 기본특징

산업의 개요	
산업의 특징	
산업이 선호하는 경험 및 지식	
선도기업 5곳	
내가 발굴한 기업 5곳	

2. 관심 분야 산업 동향조사

국내 주요 이슈	
해외 주요 이슈	
관련법규 이슈	
기술 이슈	
고객 이슈	

관심 기업 SWOT 분석하기

미국의 알버트 험프리(Albert Humphrey)에 의해 고안된 SWOT 분석은 미래의 외부환경 변화에 따른 기회(Opportunities), 위협(Threats) 요인과 기업의 내부능력에 있어서 강점(Strengths), 약점(Weaknesses) 요인 분석을 통하여, 회사의 강점을 활용하거나, 약점을 보완하여, 기회 요인을 극대화하고, 위협요인을 극소화하는 등의 미래 전략대안을 개발하기 위한 경영도구이다.

SWOT Matrix 작성방법

외부환경 내부환경	기회	위협
강점	외부환경의 비즈니스 기회는 무엇인가? 기회를 활용하기 위해 강점을 사용하는 전략	외부환경에서의 비즈니스 리스크는 무엇인가? 위협을 회피하기 위해 강점을 사용하는 전략
약점	자사의 약점은 무엇인가? 약점을 극복함으로써 기회를 활용하는 전략	타사와 비교하여 열위에 있는 점은 무엇인가? 위협을 회피하고 약점을 최소화하는 전략

희망 기업 SWOT Matrix

외부환경 내부환경	기회	위협
강점		
약점		

P39

워크시트

. (P50)

나의 능력과 희망직업 수행능력 Gap 분석

희망하는 직업명	
----------	--

수행능력	나의 현재 능력(As-Is)	나의 미래 능력(To-Be)
직무수행 요건 (지식)		
직무수행 요건 (기술)		
직무수행 요건 (태도)		
직업기초능력		
관련자격사항		

FINAL

미래 이력서

미래 이력서

희망이력서 작성하기

GAP 분석을 통한 희망이력서 작성

대학생활 경력개발을 통해 **졸업시 꼭 가지고 싶은 희망 이력서**를 미리 작성해 보자. 이때 기준은 내가 제일 가고 싶은 취업처에 합격 가능한 이력내용을 수업시간에 배운 탐색 방법으로 탐색해보고, 작성해 보자.

지원기업 :		지원직무 :	
직무관련 교과, 비교과 교육 이수			
기간	주요 내용	활동구분	단체명
직무관련 수행과제, 경험			
직무관련 동아리, 학생회 활동			
기간	상세 내용	근무기관	담당자
기타 대외활동 등			
직무관련 자격증			
취득일	자격증 / 면허증	등급	발급기관
기타 자격증			
아르바이트, 인턴 등 근무경험			
기간	근무 내용	기관	

P55
MY

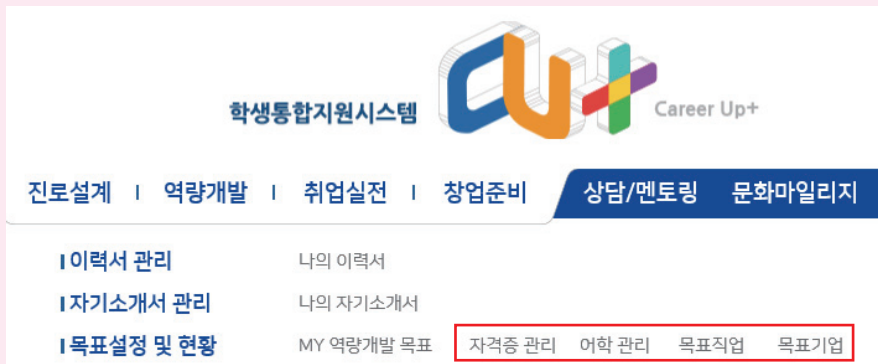
(CU+)

MY역량개발 목표설정

내가 작성한 희망이력서를 기준으로 대학생활 MY역량개발 목표설정을 해 보자.

● 학생통합지원시스템(CU+)

<https://cuplus.chosun.ac.kr> > 역량개발 > 목표설정 및 현황 > MY역량개발 목표



● 자격증 관리

<https://cuplus.chosun.ac.kr> > 역량개발 > 목표설정 및 현황 > 자격증 관리

■ 자격증 관리

홈 > 역량개발 > 목표설정 및 현황 > 자격증 관리

자격증 취득(목표) 목록

NO	자격증명	진행상태	목표일자	취득일자	발급기관	CUSP 인증여부	수정
1	산업분석사	목표	2019-10-30	-			수정
2	한국사능력검정시험1급	취득	2019-03-01	2019-11-14			수정

자격증 취득(목표) 목록

자격을 등록 및 수정

1. 자격증명: [검색] 직점입력

2. 발급기관: [선택]

3. 진행상태: [선택]

4. 목표일자: [선택]

5. 취득일자: [선택]

6. 발급기관: [선택]

7. CUSP 인증여부: [선택]

8. 수정

9. 적용

10. 취소

● 어학 관리

<https://cuplus.chosun.ac.kr> > 역량개발 > 목표설정 및 현황 > 어학 관리

■ 어학 관리

홈 > 역량개발 > 목표설정 및 현황 > 어학 관리

외국어 취득(목표) 목록

							1	2
							- 삭제	+ 추가
NO	시험명	진행상태	점수/등급	목표일자	취득일자	CUSP 인증여부		
1	TOEIC	목표	850	2020-08-10	-		3	수정
2	TOEIC Speaking	취득	LV7	-	2020-02-10			수정
3	OPic 영어	취득	AM	-	2019-10-15			수정

■ 어학 관리

홈 > 역량개발 > 목표설정 및 현황 > 어학 관리

외국어 취득(목표) 목록

NO	
1	
2	
3	

어학시험 등록 및 수정

1

시험명

발급기관

진행상태

목표일자

점수/등급

취득일자

2

적용

취소

- 삭제

+ 추가

수정

수정

수정

● 목표직업

<https://cuplus.chosun.ac.kr> > 역량개발 > 목표설정 및 현황 > 목표직업

■ 목표직업

홈 > 역량개발 > 목표설정 및 현황 > 목표직업

[총 4건]

NO	직업명	1
1	커리어코치	상세정보
2	청소년지도사	상세정보
3	직업상담원	상세정보

● 목표 기업

<https://cuplus.chosun.ac.kr> > 역량개발 > 목표설정 및 현황 > 목표기업

▣ 목표기업

역량개발 > 목표설정 및 현황 > 목표기업

[총 3건]

NO	기업명	기업구분	
1	한국직업능력개발원	공공기관	상세정보
2	한국고용정보원	공공기관	상세정보

▣ 목표기업

역량개발 > 목표설정 및 현황 > 목표기업

기업정보

기업명 한국직업능력개발원
기업구분명 공공기관
사업자등록번호 2138208550
홈페이지 <http://www.krivnet.re.kr>
주요사업 직업교육훈련

기업소개 상세
한국직업능력개발원은 직업교육훈련의 활성화 및 국민의 직업능력 향상에 기여하기 위해 1997년에 설립된 국무총리산하 국책연구기관입니다. 국민의 평생직업능력개발을 지원하기 위해 1997년 설립 이래, 특성화고, 마이스터고, 전문대학 정책연구와 고용률 증대 및 인력미스매치 해소, 국가직무능력표준(NCS)과 일·학습 병행 프로그램의 개발, 직업진로정보 제공, 훈련과정 평가, 국가자격제도 개발 등 국민들의 일상생활에 필요한 교육 및 고용 분야에 대한 연구와 정책개발을 수행하고 있습니다.
현재 우리사회는 내적으로는 저출산·고령화에 따른 인구구조 변화와 기술혁신에 따른 산업구조 변화, 그리고 능력개발에 대한 국민들의 다양한 요구와 관심의 증대, 외적으로는 산업변경에 적합한 효율적인 직업교육훈련 개발 요구에 직면하고 있습니다.
이에 한국직업능력개발원은 세계적인 평생직업능력개발 연구기관이라는 비전에 직업교육훈련기관과 노동시장을 융합하는 종합적 정책 처방과 함께 교육·복지의 통합 연계체계 구축을 추진하고 있습니다.

기업실적

년도	연혁내용
2015	자유학기제 운영 활성화 및 글로벌 진로체험 프로그램 개발·협력을 위한 교육부 및 10개 글로벌기관 등과의 업무협약 체결
2015	중소기업의 인력개발과 직업능력개발의 강화를 위한 중소기업진흥공단과의 업무협력 협약 체결 군 인적자원개발 관련 연구사업 공동수행에 관한 육군과의 교류협약 체결
2014	경제·인문사회연구회 및 소관 연구기관과 충청권 대학간 업무협약(1차) 능력중심사회 구현을 위한 미용분야 산·학·관 업무협약
2014	제7대 이용순 원장 취임
2014	산업별 인적자원개발협의체 역량 강화 및 기능 확대를 위한 민·관 공동 협약
2013	중1 진로탐색 집중학년제 및 자유학기제의 성공적 정착 및 확대를 위한 연구 및 사업의 협력적 추진을 위한 서울특별시교육청과의 업무협약 체결 보건산업 분야 일자리 창출 및 직업관련 연구 사업 협력을 위한 한국보건산업진흥원의 업무협약 체결 지역의 인력양성 및 일자리 창출 정책 기여를 위한 제주발전연구원의 업무협약 체결

복리후생

복리후생	내용

관심기업